

ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ 1-4 КУРСОВ ЛЕЧЕБНОГО И СТОМАТОЛОГИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТОВ В ОСЕННЕМ СЕМЕСТРЕ 2007-2008 УЧ. Г.

Троицкий В. М.

*УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов
медицинский университет»*

Цель. Изучить динамику физической работоспособности студентов 1-4 курсов

Результаты исследования Физическая работоспособность определялась с использованием методики Руфье. В исследованиях приняло участие 2 группы студентов основной медицинской группы – 16 человек лечебного факультета и 19 человек стоматологического факультета. Из них 10 юношей и 25 девушек.

Исследования были разделены на 2 этапа.

На 1 этапе исследования проводились в сентябре 2007 г. Как показали результаты исследований у юношей только 1 человек показал хорошую работоспособность, 5 человек – удовлетворительную, неудовлетворительная работоспособность отмечена у 4 человек. У девушек были следующие

результаты: 3 человека имели хорошие показатели, 12 чел. – удовлетворительные, 10 чел. – неудовлетворительные.

На 2 этапе результаты тестирования были следующие: хорошие результаты показали 2 человека, удовлетворительные – 6, неудовлетворительные – 2. девушки показали следующее: хорошие результаты отмечены у 4 человек, удовлетворительные – 16, неудовлетворительные – 3.

Результаты исследований позволяют сделать вывод, что занятия физической культурой благоприятно воздействуют на подрастающий организм студентов и способствуют улучшению работоспособности. Однако непословательность составленных расписаний учебных занятий физической культурой (занятия проводились с интервалом 12 ч, после чего наступал перерыв 6 дней) не позволила существенно повысить физическую работоспособность данных студентов.